

**Symptoms of Somatization Disorder – Self Regulated Learning
Undergraduated Students Thesis in Psychological Faculty
Diponegoro University : A correlation Study**

by

Sekar Paramitha Hanafi, Kartika Sari Dewi*), Imam Setyawan*)

paramithanafi@gmail.com, ksdewi.pklinis@gmail.com,
imamsetyawan.psiundip@gmail.com

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jl. Prof. Soedarto, Tembalang, Semarang, Central Java
Ph/fax: (+62 24) 7460051

Abstract

Thesis as final project in undergraduate student is a academic regulation which they have to finish to get bachelor degree, to pass it student need self-regulated learning. Self-regulated learning is student active constructive thought, feeling, and behavior directed to their goals. Although this a common process in every student there are number problems facing such as somatic symptoms of somatization disorder, regulation as natural relevant factor of somatization disorder facing stress responded somatic symptoms.

The aim of this research is to find correlation between self regulated learning and symptoms of somatization disorder. Seventy five student acquired simple random sampling complete SRL scale (19 Items α .868), SOMS (Rief and Hiller, 2009), and questionnaire from eighty five population. Spearman rho's correlation coefficient show negative correlation (-.025), and no significant correlation $p=0.0415$. Questionnaire show external factor as reason unfinished their research consist of: lecture, research practice, occupation, finding reference, interpersonal relationship, sickness, etc. As a discussion field evidence show maladaptive reaction from failure strategy from subject caused symptoms of somatization disorder.

Keywords: Self-regulated learning, Symptoms of Somatization Disorder, Undergraduate student

*) liable researcher

Hubungan Antara *Self Regulated Learning* Dengan Gejala Gangguan Somatisasi Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang

oleh

Sekar Paramitha Hanafi, Kartika Sari Dewi*), Imam Setyawan*)

paramithanafi@gmail.com, ksdewi.pklinis@gmail.com,
imamsetyawan.psiundip@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jln. Prof. Soedarto, Tembalang, Semarang Jawa tengah
Tlp/fax : (024) 7460051

Abstraksi

Self-Regulated Learning (SRL) merupakan keseluruhan pikiran, perasaan, dan tindakan dari diri mahasiswa yang berorientasi terhadap tujuan yang ingin mereka capai. Gangguan somatisasi merupakan gangguan dengan gejala fisik tanpa adanya penyakit secara medis. SRL sebagai bagian dari faktor alamiah yang relevan dengan somatisasi bersinggungan dengan stress pada mahasiswa skripsi akan menimbulkan gejala gangguan somatisasi yang diduga menjadi penghambat dan mengganggu proses belajarnya. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan gejala gangguan somatisasi pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro berjumlah 85 mahasiswa. Sampel penelitian berjumlah 75 mahasiswa, yang diperoleh melalui teknik *simple random sampling*. Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah Skala SRL (19 item $\alpha = 0,868$) yang telah diujicobakan terhadap 54 mahasiswa, Angket, dan *Screening For Somatization Disorder* (SOMS).

Hasil analisis data dengan metode korelasi Spearman rho menghasilkan koefisien korelasi sebesar -0,25 dengan $p = 0,415$. Hasil tersebut menunjukkan arah hubungan negatif yang tidak signifikan antara *self-regulated learning* dengan gejala gangguan somatisasi. Berdasarkan hasil angket mahasiswa mengakui beberapa alasan eksternal penghambat penyelesaian skripsi yaitu: dosen, praktis penelitian, bekerja, referensi, hubungan interpersonal, dan sakit.

Kata Kunci: *Self-regulated learning*, Gejala Gangguan Somatisasi, Mahasiswa Skripsi.

*) Peneliti Penanggungjawab

PENDAHULUAN

Gangguan somatisasi mulai marak ditemukan di lingkungan akademis pada mahasiswa. Hasil wawancara Indrayanti (dalam Rini, 2009, h.2-3) terhadap beberapa mahasiswa di lingkungan UGM menunjukkan bahwa berbagai keluhan seperti sakit kepala, sakit perut, jantung berdebar-debar, badan terasa lemas, seringkali menyertai kondisi mahasiswa setiap dihadapkan pada masalah yang cukup menekan, seperti menghadapi ujian, banyak tugas, kebanyakan aktivitas yang menguras energi dan pikiran. Menurut Kirmayer dkk; Smith (dalam Nevid dkk, 2005, h.221) gangguan somatisasi biasanya bermula pada masa remaja atau dewasa muda dan tampaknya merupakan gangguan yang kronis atau bahkan yang berlangsung sepanjang hidup.

Berdasarkan Hasil *Focused Group Discussion* (FGD) mahasiswa mengeluhkan adanya keluhan fisik, dan keluhan lebih banyak terjadi pada mahasiswi yang telah lebih lama pengerjakan skripsi, sedangkan pada mahasiswa keluhan fisik yang muncul lebih sedikit. Hasil FGD tersebut selaras dengan penelitian Hilker (2002, h.15) bahwa prevalensi somatisasi tinggi pada perempuan, serta penelitian dari Hadjam (1989, h.19) bahwasanya somatisasi lebih sering terjadi pada mahasiswi daripada mahasiswa.

Regulasi diri dapat dipahami sebagai penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan *affect* (perasaan) yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Schunk dan Zimmerman dalam Susanto, 2006, h.65). *Self-regulated learning* sangat diperlukan mahasiswa demi tercapainya tujuan yang mereka idamkan, namun tuntutan akademis serta permasalahan hidup. Efek dari pembelajaran dan masa ujian pada mahasiswa (*undergraduated*) diteliti Surtees dkk (dalam Andrews & Hejdenberg, 2007, h.613) di Universitas Cambridge Inggris, ditemukan bahwa level simtom kecemasan dan depresi memuncak selama masa ujian namun demikian, mayoritas dari mereka berhasil melewati ujian dengan sukses.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara kemampuan *self-regulated learning* dengan gejala gangguan somatisasi yang muncul dan pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi UNDIP.

METODOLOGI

Variabel yang terdapat dalam penelitian adalah sebagai berikut:

Variabel Kriteria : Gejala gangguan somatisasi

Variabel Prediktor : *Self-regulated learning*

Definisi operasional dari variabel-variabel penelitian yaitu:

Gejala Gangguan Somatisasi

Gejala gangguan somatisasi adalah gejala somatik/fisik yang timbul pada mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi. Gejala somatik mengacu pada gejala-gejala gangguan somatisasi dalam DSM IV TR (APA, 2005) dan ICD-10 (WHO, 1992) yang terangkum dalam *Screening for Somatization Disorder* (SOMS).

Self-regulated learning

Self-regulated learning adalah pengaturan diri untuk memenuhi tuntutan akademis dari proses skripsi yang dijalani melalui proses kognisi, motivasional, dan behavioral. Skala regulasi diri disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Zimmerman (1989, hal.329)

Populasi, Sampling dan Subjek Penelitian

Karakteristik populasi penelitian adalah sebagai berikut :

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang telah menjalani proses skripsi selama lebih dari dua semester dan berada pada angkatan 2005 hingga 2007. Teknik pengambilan sampel atau sampling menggunakan *simple random sampling*. Diambil 75 sampel dari 85 orang populasi.

Metode Pengumpulan Data

Penelitian menggunakan beberapa instrumen pengukuran, yaitu :Adopsi bahasa Indonesia dari *Screening for Somatoform Disorder* (SOMS) (Rief & Hiller, 2008), angket pertanyaan terbuka dan skala *self-regulated learning*(19 aitem $\alpha = 0,868$). Penerjemahan menggunakan metode *back and forward translation* dengan bantuan 2 ahli bahasa. Peneliti tidak menegakkan diagnose sehingga perhitungan menggunakan 53 item SOMS dengan scoring simtom total.

HASIL PENELITIAN

Uji asumsi

a) Uji normalitas

Uji normalitas sebaran data penelitian menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* menggunakan program *SPSS for Windows 2.0*. Hasil uji normalitas kedua skala penelitian berikut ini :

Tabel Uji Normalitas Sebaran Data Variabel SRL dan SOMS

Variabel	Kolmogorof Smirnov	p	Bentuk Data
SRL	0,544	0,929	Normal
SOMS	0,942	0,337	Normal

b) Uji Linearitas

menghasilkan F hitung dengan nilai signifikansi seperti tersaji dalam tabel ($p < 0,05$). Nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 menandakan data tidak linear.

Tabel Hasil Uji Linearitas

Nilai F	Signifikansi	Keterangan
0,192	0,662	Data Tidak Linear

Uji Hipotesis

Dikarenakan data memenuhi asumsi normalitas namun tidak linear, maka analisis Uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *non parametric* Spearman rho.

Tabel Korelasi dan Signifikansi

Variabel	Korelasi	Signifikansi
SRL	-0,025	0,415
SOMS		

Deskripsi Sampel Penelitian

Tabel Kondisi Empiris SRL

Sangat Rendah n= 0 0%	Rendah n= 25 33,33%	Tinggi n=48 64%	Sangat Tinggi n=2 2,6%	
19	33,25	47,5	61,75	76

Tabel Kondisi empiris subjek SOMS

Sangat Rendah n= 33 44%	Rendah n=30 40%	Tinggi n=7 9,33%	Sangat Tinggi n= 6,66%	
53	66,255	79,5	92,745	106

Deskripsi subjek ditambah dengan hasil angket pertanyaan terbuka mengenai faktor yang menjadi penghambat skripsi sebagai berikut :

Tabel Rangkuman Kelompok Pertanyaan Terbuka

Dosen	Praktis Penelitian	Lain2	Kerja	Referensi	Hub Interpersonal	Sakit
36	25	21	19	19	12	6
$\Sigma = 69$						

KESIMPULAN

Koefisien korelasi Spearman rho yang dihasilkan sebesar -0,025 dengan tingkat signifikansi 0,415. menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara *self-regulated learning* dengan gejala gangguan somatisasi pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Undip.

DISKUSI DAN PEMBAHASAN

SRL tinggi pada subjek pada penelitian dapat dikatakan tinggi secara aspek kognisi dan motivasi namun tidak sama terukur dari segi perilakunya. Subjek penelitian terlihat mengalami perubahan terkait dengan kemampuan memelihara SRL nya berkaitan dengan tujuan awalnya yaitu menyelesaikan skripsi. Wenzel (dalam Boekaerts dan Niemivirta, 2000, h.423) menyatakan

bahwa siswa seringkali mengejar banyak tujuan simultan dan terkadang tujuan-tujuan tersebut berjalan harmonis bahkan disharmonis.

Subjek penelitian mengalami kegagalan strategi yang mereka rancang dari awal, sehingga timbul berbagai macam reaksi. Subjek yang berjumlah 75 orang memiliki pola adaptasi dalam menghadapi kegagalan strategi yang beragam. Tipe reaksi seperti yang telah dikemukakan Boekaerts dan Niemivirta (2000, h.440-442) yaitu *mindfull effort*, *disangegement*, *danger control*, *self-handicapping*, dan *avoidant behavior*. Tipe reaksi yang sering dipilih secara sadar maupun tidak oleh subjek adalah *danger control*, *self-handicapping*, dan *avoidant behavior*.

Ketika strategi subjek gagal pada individu dengan reaksi *danger control* akan lebih memilih mencoba melindungi ego mereka, daripada menghabiskan waktu untuk mencari sumber kesulitan yang dihadapi (*ego-protecting goal*). Perilaku berfokus pada merelokasi sumber-sumber untuk mengontrol bahaya (*protecting ego*) dari pada menyeimbangkan kembali kegagalan dengan menyusun serta merencanakan strategi yang lebih efektif.

Self handicapping merupakan reaksi yang menunjukkan bahwa individu tersebut berada dalam keterbatasan agar supaya mendapat pemakluman lingkungan atas kegagalan strateginya. Jonas dan Berglas; Covington (dalam Boekaerts dan Niemivirta, 2000, h.444) mendeskripsikan bahwa *self-handicapping* mengacu pada usaha individul secara strategis mengontrol atribusi mereka sebagai cara aman menghadapi sumber eksternal dari kemungkinan kegagalan, bentuk dari kontrol emosi yang dicirikan dengan bebas mencoba mengusahakan bahkan ketika merintangi salah satu jalur performansi diri. Peneliti menangkap pola jenis ini mirip dengan konsep *malingering*, ketika individu memposisikan dirinya dalam keterbatasan untuk mendapatkan pemakluman dari lingkungan, dan mengaburkan kegagalan strategi yang dia alami.

Avoidant Behavior terlihat dari subjek yang menghindari skripsi karena berbagai sebab. Menurut Leventhal (dalam Boekaerts dan Niemivirta, 2000, h.443) reaksi ini terjadi ketika siswa tidak lagi menerima hubungan antara aksi dan keluaran aksi. Subjek menyerah pada aktivitas dalam proses pengerjaan

skripsi sehingga perilaku yang dipilih adalah menyibukkan diri dengan kegiatan lain.

Pengalaman pembimbingan, adaptasi, dan penangkapan makna pesan pengajar kepada pembelajar (mahasiswa) dapat berbeda pada masing-masing mahasiswa walaupun dengan pembimbing yang sama, hal tersebut bergantung bagaimana mahasiswa memaknainya dan menangkap makna pesan sebagai sesuatu yang mendorong atau bahkan melemahkan SRLnya. Terbukti melalui data kualitatif bahwa dari interaksi saat pembimbingan dianggap mahasiswa sebagai hal yang menghambat mereka. Terkadang tujuan yang diutarakan pembimbing untuk mahasiswa bimbingannya bisa jadi tidak sesuai dengan harapan.

Subjek penelitian yang mengeluhkan gejala fisik kemungkinan menggunakan pola reaksi atas kegagalan strategi seperti yang disebutkan diatas. memiliki SRL tinggi namun mengalami gejala gangguan disebabkan individu mengalami kegagalan strategi untuk sampai ketujuan, sehingga secara tidak sadar menggunakan pola reaksi yang memiliki faktor resiko somatisasi. Ditambah tipe SRL tinggi pada subjek dalam segi kognisi dan motivasi memberikan harapan, perencanaan yang baik namun kenyataannya kurang dibarengi aksi dan perjuangan mencapai tujuannya. Kebanyakan hambatan yang terjadi diakui bersumber dari faktor eksternal, seharusnya ketika subjek mengalami kegagalan penyusunan strategi dilakukan, kemudian mengevaluasi ulang untuk merancang strategi solutif baru. Setelah terbentuk rancangan strategi baru perlu diusahakan dalam aksi nyata. Semua tipe reaksi kemungkinan akan bermuara menjadi somatisasi jika dilakukan terus-menerus dan mengakibatkan frustrasi. Yanthi (2004) dalam penelitiannya menemukan bahwa kecenderungan somatisasi pada mahasiswa berhubungan dengan *Emotional Quotient* yang rendah. Pola reaksi subjek seperti yang telah dijelaskan hanya akan menyamarkan masalah yang sebenarnya mereka hadapi, sementara skripsi cepat atau lambat bagi mereka tetap harus diselesaikan dan menjadi stressor hingga skripsi tersebut sendiri terselesaikan.

Reaksi atas kegagalan strategi yang dilakukan menjadi faktor resiko somatisasi. Diprediksi simptom somatik yang muncul merupakan refleksi dari

pemilihan pola reaksi baik disadari maupun tidak oleh subjek. Reaksi terhadap kegagalan strategi ini kemudian faktor resiko somatisasi, berdasarkan *diathesis stress* berkaitan dengan faktor biopsikososial akan menjadi pengancam individu itu sendiri, bahkan bagi individu yang memiliki *diathesis* sebagai perisai (*buffer*) sekalipun. Faktor resiko ini terjadi secara tidak disadari terjadi. Menurut Seeds (2012) individu dengan sifat mudah terserang secara kognitif berada pada resiko penyumbang kejadian yang menjadi *stressful event* dalam hidupnya. Hasil penelitian dapat lebih menguatkan bila didukung oleh data mengenai *diathesis stress* subjek.

SARAN

1. Subjek Penelitian

Mahasiswa selain meregulasi dirinya dalam proses akademik, kiranya juga dapat meningkatkan aksi dan usaha dalam performansi SRL nya untuk mencapai tujuan. Mempertimbangkan, merencanakan, dan mengaplikasikan reaksi adaptif bila strategi untuk tujuan gagal. Konsisten memelihara dan mengusahakan tujuan awal hingga selesai, sebelum merancang tujuan lain.

2. Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan masalah *self-regulated learning*, dapat mempertimbangkan permasalahan lain seputar SRL. Sejalan dengan hal tersebut Pintrich (dalam Kadhiravan dan Suresh, 2008, h.130) yang menyarankan peneliti pada area regulasi diri seharusnya mengalamatkan proses meregulasi diri dengan karakteristik personal, kontrol peran, regulasi intensional dan otomatis. Peneliti lain diharapkan berfokus pada SRL jika perencanaan terjadi luar harapan terutama mengenai model menghadapi strategi yang gagal meneliti cara efektif menghadapi kegagalan strategi sehingga mahasiswa bisa langsung menerapkannya.

Bagi Peneliti yang tertarik dengan variabel gangguan somatisasi terutama pada mahasiswa diharapkan lebih sensitif membahas mengenai *diathesis stress* pada individu. Disarankan untuk menggunakan metodologi studi kasus untuk lebih mendalami sebab-sebab timbulnya gejala gangguan somatisasi yang berbeda pada setiap kasus yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2005). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Fourth edition Text Revision (DSM-IV-TR)*. Washington DC: American Psychiatric Association.
- Andrews, B., & Hejdenberg, J. (2007). Stress in University Student. In G. Fink (Ed.), *Encyclopedia of Stress* (2nd ed., pp. 612-614). Academic Press.
- Boekaerts, M., & Niemivirta, M. (2000). Self-Regulated Learning Finding a Balance Between Learning Goal and Ego-Protective Goal. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 417-450). California: Academic Press.
- Hadjam, M. N. (1989). *Perbedaan Tingkat Somatisasi pada Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan*. Laporan Penelitian, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Hilker, K. A. (2002). *Somatic Complaints and Health Care*. Disertasi, Louisiana State University, The Department of Psychology.
- Kadhiravan, S., & Suresh, S. (2008). Self-regulated Behaviour at Work. (126-131, Ed.) *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (5 ed.). (R. Medya, & W. J. Kristiaji, Eds.) Jakarta: Erlangga.
- Rief, W., & Hiller, W. (2008). *SOMS -Screening für Somatoforme Störungen (2., vollständig überarbeitete und neu normierte Auflage)*. Schweiz: Hans Huber.
- Rini, D. P. (2009). *Hubungan antara Sense of Humor dengan Somatisasi*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah, Fakultas Psikologi, Surakarta.
- Seeds, P. M. (2012). *Interpretive Bias in The Context of Life Stress Generation adan Diathesis-Stress*. Disertasi, The University of Western Ontario, Ontario.
- Susanto, H. (2006). Mengembangkan Kemampuan Self Regulation untuk Meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, th V (7), 64-71.
- World Health Organization. (1992). *The ICD-10 Classification of mental and behavioural disorders. Clinical descriptions and diagnostic guidelines*. Geneva.
- Yanthi, S. R. (2004). *Hubungan antara Emotional Quotient (EQ) dengan Kecenderungan Somatisasi pada Mahasiswa Tingkat IV Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*. Skripsi, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81 (3), 1-23.

peneliti menyadari bahwa penelitian yang dilakukan jauh dari kesempurnaan, peneliti sangat terbuka untuk perbaikan, saran, dan diskusi, dipersilahkan berkorespondensi pada paramithanafi@gmail.com.

Terima kasih atas minat dan perhatiannya pada penelitian ini, semoga bermanfaat.

Monday, 4th March 2013 Tembalang, Semarang Indonesia, 19.12 pm

sekar paramitha hanafi